

вказуватиме на такі аспекти як місця, де вона отримує соціальну підтримку, почуття безпеки, має можливості спілкування і проведення дозвілля, можливості діяльності: всі ці аспекти можна розглядати як фундамент формування емоційного зв'язку людини з місцем, прихильності до місця [8]. Це також стосується і спільнот з низькими соціальними показниками, оскільки, зазвичай, більшість людей мають місця, де можуть почувати себе безпечно, отримувати соціальне чи власне прийняття та впевненість. Незалежно від виміру чи розміру місця (кімната, власне помешкання, околиця дому тощо) ці місця мають властивість ставати улюбленими, більше того можуть відігравати визначальну роль в формуванні ідентичності особи, почутті власної гідності та сприяти її саморегуляції [4].

«Місце проживання» на кожному з етапів життя людини відіграє неоднорідну роль та набуває різних аспектів, які міняються через зміну контексту, в якому проходить її розвиток та життя. З віком змінюються соціальні умови проживання, змінюється оточення, змінюється історія та смислове навантаження середовища (міста, регіону, країни), в якому людина перебуває, що безпосередньо впливає на сенсожиттєві орієнтації особистості та її зв'язок з місцем. Виходячи з цього, актуальним є питання дослідження особливостей зв'язків особи з місцем проживання у розрізі різних вікових груп дорослих людей.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. В літературі можемо зустріти поняття, які використовують для позначення зв'язків людини з місцем: «ідентифікація з місцем» (place identity), «прив'язаність до місця» (place attachment), «залежність від місця» (place dependence), «почуття приналежності» (belongingness), «задоволеність від місця» (residence satisfaction), значення місця (place meaning) тощо [7].

«Місце» в науковому дискурсі досліджувалось з різних сторін, а сам феномен стосунків людини і місця позначався за допомогою різних понять: К. Норберг-Шульц працював з феноменом «genius loci», який описує «душу місця», Е. Рельф окреслив цей стосунок як «почуття місця», Ю.-Ф. Туан розкрив значення позитивних емоційних зв'язків щодо місця, які описував як «топофілія». Також, Ю.-Ф. Туан говорив про почуття «бути в місці» («insideness») та «бути поза місцем» («outsideness»), які описували почуття людей щодо приналежності до певного місця. Ю.-Ф. Туан розділив поняття «значення місця» (sense of place) та «укоріненість» (rootedness), де значення місця описується як усвідомлене позитивне почуття щодо місця, а укоріненість як почуття «бути вдома». Г. Прошанський ввів поняття «ідентифікація з місцем» (place identity), розкривши його особливе значення в творенні соціальної ідентичності. І. Альтман і С. Льов досліджували прив'язаність до місця (place attachment), який визначали як емоційний зв'язок людини з місцем. Всі ці концепції

стосуються та окреслюють специфіку стосунків між людиною та місцем. На сьогоднішній день їх важко розмежувати між собою, проте всі вони більшою мірою виражають позитивний емоційний зв'язок з значимим місцем [2, 4, 6].

Незважаючи на відмінності в термінології, більшість авторів погоджуються, що розвиток емоційних зв'язків з місцями – це передумова психологічного балансу та хорошого самопочуття: їхня наявність допомагає долати кризу ідентичності й надає почуття стабільності, яке необхідне людині в світі, який постійно змінюється; полегшує включення в активності певної місцевості (Дж. Ровлес, Р. Хей, Л. Кубом і Д. Гуммоном) [3, 5].

Дослідженням прив'язаності до місця займалися І. Альтман, С. Льов, які вперше звернулися до даного феномену, Л. Сканель, Р. Гіфорд, М. Левіцька, які розробили методологію дослідження та типологію профілів осіб, які характеризуються різними типами прив'язаності, Ю.-Ф. Туан, М. Дуніч, П. Морган, П. Густафсон - дослідження чинників, які впливають на формування прив'язаності до реальних та віртуальних місць тощо [1, 2, 5, 6, 9].

Прив'язаність до місця відображає емоційні зв'язки між особою та значимим місцем. Найбільш знаним є визначення, запропоноване І. Альтманом і С. Льов, які розглядають прив'язаність до місця як глибокий емоційний зв'язок, який людина утворює щодо значимого місця протягом часу через повторювану позитивну діяльність в ньому [1].

Розробкою концепції «ідентифікація з місцем» займалися дослідники: Г. Прошанський, А. Фабіан - вперше вказали на важливість місця в творенні ідентичності людини, Р. Фелдмен досліджував ідентичність з місцем проживання, М. Левіцька – розробила інструментарій для дослідження ідентифікації та інших видів зв'язку з місцем проживання, Б. Гернандез, М. Хідальго, С. Хесс - особливості ідентифікації з різними місцями проживання та їх передумови, К. Твіггер-Росс та Д. Юзелл – розглядали ідентифікацію з місцем як складову Я-концепції людини, М. Лаллі розробила феноменологічний аналіз концепції «ідентифікація з місцем» тощо [2, 6, 10].

В українському дискурсі проблема зв'язків особи з місцем проживання, зокрема дослідження національних, регіональних, міських ідентичностей розкрита передусім в працях О. Мусієздова, Г. Галіч, Н. Черниш, Н. Середи, Н. Костенко, Я. Грицака тощо.

Метою статті є здійснення порівняльного аналізу та дослідження особливостей зв'язків особи з місцем проживання в різні періоди дорослості.

Виклад основного матеріалу дослідження з обґрунтуванням отриманих результатів. У дослідженні особливостей емоційних зв'язків людини з місцем її проживання з метою подальшого аналізу та їхнього порівняння взяли участь 150 осіб, віком від 20 до

84 років. З них 70 чоловіків та 80 жінок, всі досліджувані є мешканцями міста Львова. Всіх учасників емпіричного дослідження поділено на 3 вікових групи по 50 осіб в кожній: від 20 до 40 років; від 40 до 60 років; та від 60 років і старші. У виділенні вікових груп використано періодизацію Г. Крайг, у якій дорослість умовно ділиться на три стадії: ранню (20-40 років), середню (40-60 років) та пізню (60-65 років та старші).

У дослідженні особливостей емоційних зв'язків людини з місцем її проживання в розрізі різних вікових груп дорослості було використано: шкали «Прив'язаності до місцевості» та «Прив'язаності до місця»; шкали «Ідентичність» та «Локальна ідентичність»; шкала «Патріотизму-націоналізму»; шкала «Перцепції багатонаціонального минулого міста»; шкала «Значення міста» авторства М. Левіцької [6].

Для дослідження прив'язаності до місця проживання було використано шкалу «Прив'язаності до місця» (*Skala Przywiązania do Miejsowości*), яка вимірює різні типи прив'язаності до місцевості: традиційний, активний, відсутність прив'язаності. *Традиційний тип прив'язаності* відображає звичаєву укоріненість людини в місці проживання, дотримання традиції проживання в місці та оберігання його «духу». *Активний тип прив'язаності* відображає бажання пізнати місце «зсередини», дослідити його неповторність та знайти своє персональне місце в його межах. *Відсутність прив'язаності* вказує на те, що людина може спокійно переміщуватись з місця, для неї головнішими є умови, в яких вона зможе реалізуватись та бути задоволеною життям, ніж власне географічна місцевість. Шкала «Прив'язаності до місця» (*Skala Przywiązania do Miejsca*) дозволяє визначити рівень емоційного зв'язку з місцем в його різних територіальних вимірах (околиця дому, місто, регіон).

Для діагностики особливостей ідентифікації особи з місцем проживання було використано шкали «Ідентичність» та «Локальна ідентичність». Шкала «Ідентичність» (*Tożsamość*) вимірює 4 показники: *ідентичність державно-локальна* (мешканцем околиці, регіону, українцем), *ідентичність традиційна* (стать, член сім'ї), *ідентичність європейська* (представником східнослов'янської спільноти, європейцем) та *ідентичність нетериторіальна* (ідентифікація з професією, поколінням, інтересами, релігійними поглядами). Шкала «Локальна ідентичність» (*Skala Tożsamości Lokalnej*) діагностує значення місця в творенні локальної ідентичності (*самобутність, самооцінка, самоефективність, неперервність*).

Для дослідження інших особливостей взаємодії особи з місцем було використано наступні шкали: шкала «Значення міста» (*Skala Znaczenia Miasta*), яка описує особливості значення міста для досліджуваних (*особисте, локальне, українське, відсутність значення*); шкала «Патріотизму-націоналізму» (*Skala Patriotyzmu-*

Nacjonalizmu») - дає змогу діагностувати два виміри державної ідентичності – *патріотизм, націоналізм*; шкала «Перцепції багатонаціонального минулого міста» («*Skala Percepcji Wielokulturowej Przeszłości Miasta*») – визначає *відкритість/закритість* особи до багатонаціональної історії міста.

Для виявлення суттєвих відмінностей за показниками методик в різних вікових групах був проведений однофакторний дисперсійний аналіз та здійснений порівняльний аналіз за тестом Шеффе.

Порівняльний аналіз досліджуваних за шкалою «Прив'язаність до місцевості» показав, що віковій групі осіб ранньої дорослості (20-40 років) притаманний найнижчий рівень *традиційного типу прив'язаності* до місця проживання ($M=2.89$ при $p<0.05$) та найвищий рівень *відсутності прив'язаності* до своєї місцевості ($M=3.03$ при $p<0.05$), порівняно з його показниками в інших вікових групах відповідно: традиційний тип прив'язаності в осіб вікової групи 40-60 років ($M=3.57$ при $p<0.05$), в осіб групи 60 і старші ($M=3.33$ при $p<0.05$); відсутність прив'язаності: група 40-60 років ($M=2.57$ при $p<0.05$), група 60 років і старші ($M=2.86$ при $p<0.05$).

Традиційний тип прив'язаності до місцевості проживання часто пов'язаний з тривалістю проживання на цій території. Можемо припустити, що особи в період ранньої дорослості є більш мобільними та готовими до переїздів з метою задоволення та втілення власних інтересів, це період спроб, пошуку та високого рівня активності, тому рівень традиційної прив'язаності найменш властивий людям в віці 20-40 років. Також, в період ранньої дорослості значення місця більшою мірою вимірюється потенційними можливостями, які це місце може запропонувати: людина є більш гнучкою та охочою до позитивних змін та має можливість з більшою легкістю втілити їх в життя, що пов'язано з фізичною та соціальною повноцінністю.

У різних вікових групах дорослості не виявлено значимих відмінностей в рівнях територіальної ідентифікації з місцем проживання – державно-локальній, європейській, проте порівняльний аналіз представників вікових груп за шкалою «Локальна ідентичність» показав такі результати: досліджувані віком 40-60 років характеризуються вищими показниками такого виміру локальної ідентичності як *самооцінка* (тобто місце проживання виступає як фактор, який впливає на формування позитивної/негативної самооцінки особи) ($M=4.1$ при $p<0.05$), порівняно з представниками найстаршої групи ($M=3.74$ при $p<0.05$). Отож, особи вікової групи *пізньої дорослості (60 років і старші)* меншою мірою схильні використовувати місце проживання як атрибут для підкреслення власної позитивної самооцінки, що більш властиво представникам періоду середньої дорослості (40-60 років).

Особам вікової групи віку середньої дорослості (40-60 років) притаманний найвищий рівень *патріотизму* (емоційної прив'язаності

до національної групи) як форми державної ідентичності. На це вказують результати порівняльного аналізу за тестом Шеффе: досліджувані в віці 40-60 років характеризуються вищим рівнем *патріотизму* як форми державної ідентичності ($M=6.11$ при $p<0.05$), ніж досліджувані в віці 60 років і старші ($M=5.46$ при $p<0.05$).

Віковій групі осіб ранньої дорослості (20-40 років) *націоналізм* як форма державної ідентичності є найменш властивим. Представники вікової групи 40-60 років характеризуються вищим рівнем *націоналізму*, що виявляється у формі возвеличення свого народу, ($M=4.3$ при $p<0.05$), ніж представники вікової групи 20-40 років ($M=3.66$, при $p<0.05$).

Такі результати вказують на те, що досліджувані в віці 40-60 років характеризуються більш сильними емоційними зв'язками зі своєю національною групою (в нашому випадку – українцями), ніж досліджувані в більш пізньому віці. Разом з тим, вони більшою мірою схильні возвеличувати українську націю та її значення, ніж досліджувані молодшого віку (до 40 років). Це можна спробувати пояснити тим, що в середній дорослості державна ідентичність є найбільш вираженою та найбільш свідомою.

Представникам вікової групи пізньої дорослості (60 років і старші) властиві вищі показники *закритості до багатонаціонального минулого міста* ($M=4.4$ при $p<0.05$), ніж представникам інших вікових груп: 20-40 років ($M=3.84$ при $p<0,05$), 40-60 років ($M=4.1$ при $p<0.05$). Такі результати вказують на те, що особи в віці пізньої дорослості більшою мірою схильні оцінювати вклад українського етносу в розвиток та історію своєї місцевості, а також підкреслювати його значення в розвитку та творенні її культури та образу.

Порівняльний аналіз досліджуваних за шкалою «Значення міста» показав, що особам віком до 60 років (20-40 років – ($M=1.98$ при $p<0.05$); 40-60 років – ($M=1.96$ при $p<0.05$)) більш характерно надавати місту, де вони проживають (в даному дослідженні мова йде про м. Львів), *особистого значення*, тобто підкреслювати його роль в власному житті, ніж особам в віці 60 років і старші ($M=0.36$ при $p<0.05$). Існують також відмінності в показниках локального значення: представники вікової групи 20-40 років надають місту більшою мірою *локального значення* ($M=2.2$ при $p<0.05$), ніж представники другої вікової групи ($M=1.42$ при $p<0.05$), що виявляється в схильності оцінювати його більшою мірою як регіональний осередок, який історично значимий для країни цілком. І разом з тим, місто проживання має найбільше значення для представників групи 40-60 років, що виражається в найнижчих показниках відсутності прив'язаності до нього ($M=-4.08$ при $p<0.05$).

Такі результати свідчать про те, що для представників другої вікової групи (40-60 років) місто (м. Львів) більшою мірою – це можливість для особистісного розвитку, реалізації, місце, яке пов'язане з

їхніми спогадами та планами на майбутнє, також вони цінують своє місто, вказуючи на його значення. Представники першої вікової групи (20-40 років) надають місту, де вони проживають (м. Львів), більше локального значення, тобто концентруються на часових, історичних аспектах подій, які відбувалися в місті та його околицях. Це можна пояснити тим, що період 20-40 років – це період здобування, особа більшою мірою спрямована на досягнення та становлення себе як професіонала, члена сім'ї, друга тощо, а період 40-60 років – це період збереження та своєрідний час «збирання нагород» – особа вже утвердилася, укорінилася в певному місці і свою подальшу діяльність та активність пов'язує з ним.

Висновки і перспективи подальшого дослідження. У різних вікових групах дорослості не виявлено значимих відмінностей в рівнях територіальної ідентифікації з місцем проживання – державно-локальній, європейській – проте, наявні відмінності в таких формах державної ідентичності як патріотизм, націоналізм, зокрема віковій групі осіб середньої дорослості притаманний найвищий рівень *патріотизму, націоналізму та самооцінки* як схильності підвищувати власну позитивну самооцінку завдяки ідентифікації з місцем проживання.

В різних вікових групах існують відмінності у прив'язаності до місця проживання: особам в період ранньої дорослості притаманний найнижчий рівень прояву *традиційного типу прив'язаності* до місця проживання та найвищий рівень *відсутності прив'язаності* до своєї місцевості.

Представникам вікової групи пізньої дорослості властиві найвищі показники *закритості до багатонаціонального минулого міста* та вони найменш схильні надавати місту свого проживання особистого значення, тобто підкреслювати його роль в власному житті.

Отож, для кращого розуміння особливостей зв'язків з місцем проживання в різних вікових групах підсумовано отримані результати у окремих вікових груп дорослості. Досліджувані вікової групи *ранньої дорослості* характеризуються нижчими рівнями такого типу державної ідентичності як націоналізм, нижчим рівнем традиційної прив'язаності та закритості до багатокультурного минулого міста, а також вищим рівнем відсутності прив'язаності до місця проживання, ніж представники інших вікових груп. Такі особливості характеризують осіб в даній віковій групі як таких, які не схильні визнавати домінантність та беззаперечну важливість своєї національної групи, також вони меншою мірою проявляють емоційні зв'язки з своєю місцевістю, що можна пояснити пошуком вигоди та можливостей для самореалізації, також вищим рівнем мобільності, яка, перш за все, пов'язана з фізіологічними можливостями людей та їхніми ціннісними спрямуваннями – встановлення в професійній сфері, здобуття компетенцій, готовність до змін та нововведень.

Особи вікової групи *середньої дорослості* характеризуються наступними особливостями зв'язків з місцем: високим рівнем державної ідентичності (націоналізму та патріотизму), чинника локальної ідентичності – самооцінки, традиційного типом прив'язаності, найнижчими показниками відсутності прив'язаності до місцевості та середніми показниками закритості до багатокультурного минулого міста. На основі даних особливостей досліджуваних даної вікової групи можна охарактеризувати як таких, які знають цінність своєї нації, але також поважають внесок інших націй в розвиток своєї місцевості, схильні використовувати місце як атрибут для позначення власної цінності та престижу, а прив'язаність до місця проживання більшою мірою визначається тривалістю проживання та укоріненістю в ньому, оскільки людина прив'язана до нього через безліч умов – сім'я, робота, друзі, інтереси тощо. Такі особливості можна пояснити тим, що особи в віці 40-60 років вже здобули певний соціальний статус, утвердилися на певній місцевості, яка стала джерелом та контекстом їхньої діяльності та дозвілля. Також, можна зробити висновок, що в даний віковий період державна ідентичність знаходиться на найвищому рівні.

Осіб, які ввійшли до вікової групи *пізньої дорослості* можна охарактеризувати наступними особливостями – нижчий рівень патріотизму як вияву державної ідентичності, тобто досліджувані меншою мірою схильні утворювати емоційні зв'язки зі своєю національною групою, місцевість частково втрачає свою привабливість та вже не служить такою мірою для підтримки позитивної самооцінки, як в середній дорослості. Також, досліджувані цієї вікової групи найбільшою мірою схильні оцінювати внесок своєї нації в розвиток держави. Ці особливості пов'язані, перш за все, зі зміною діяльності, реорганізацією ідентичностей (пенсіонер, бабуся, дідусь, вдова тощо), місце частково втрачає свою цінність.

Отримані результати окреслюють перспективи подальших досліджень особливостей і закономірностей формування зв'язків людини з місцем, зокрема прив'язаності до місця проживання, в яких варто розкрити психологічні фактори, які впливають на творення такого роду зв'язків.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Altman I., Low S. Place attachment. – New York: Plenum. – 1992.
2. Bonaiuto M., Aiello A., Perugini M. Multidimensional perception of residential environment quality and neighbourhood attachment in the urban environment // Journal of Environmental Psychology. – 1999. – №19. – P. 331–352.

3. Cuba L., Hummon, D. M. A place to call home: Identification with dwelling, community and region // *The Sociological Quarterly*. – 1993. – №34. – P. 111 – 131.
4. Dallago L., Perkins D., Santinello M., Boyce W., Molcho M., Morgan A. Adolescent place attachment, social capital, and perceived safety // *American Journal of Community Psychology*. – 2009. – №44. – P. 148-160.
5. Gustafson P. Meanings of place: Everyday experience and theoretical conceptualizations // *Journal of Environmental Psychology*. – 2001. - №21. - P. 5–16.
6. Lewicka M. Place attachment, place identity, and place memory: Restoring the forgotten city past // *Journal of Environmental Psychology*. – 2008. - №28. - P. 209–231.
7. Lewicka M. *Psychologia miejsca*. – Warszawa: Wydawnictwo Naukowe SCHOLAR, 2012. – 637 s.
8. Manzo L. Beyond house and haven: Toward a revisioning of emotional relationships with places // *Journal of Environmental Psychology*. – 2003. – №23. – P. 47–61.
9. Tuan Y.F. *Topophilia: A Study of environmental perception, attitudes, and values*. – Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall, 1974.
10. Twigger-Ross C. L., Bonaiuto M., Breakwell G. M. *Identity theories and environmental psychology*. – UK: Ashgate Publishing, 2003. – P. 203–234.

REFERENCES

1. Altman I., Low S. *Place attachment*. – New York: Plenum. – 1992.
2. Bonaiuto M., Aiello A., Perugini M. Multidimensional perception of residential environment quality and neighbourhood attachment in the urban environment // *Journal of Environmental Psychology*. – 1999. – №19. – P. 331–352.
3. Cuba L., Hummon, D. M. A place to call home: Identification with dwelling, community and region // *The Sociological Quarterly*. – 1993. – №34. – P. 111 – 131.
4. Dallago L., Perkins D., Santinello M., Boyce W., Molcho M., Morgan A. Adolescent place attachment, social capital, and perceived safety // *American Journal of Community Psychology*. – 2009. – №44. – P. 148-160.
5. Gustafson P. Meanings of place: Everyday experience and theoretical conceptualizations // *Journal of Environmental Psychology*. – 2001. - №21. - P. 5–16.
6. Lewicka M. Place attachment, place identity, and place memory: Restoring the forgotten city past // *Journal of Environmental Psychology*. – 2008. - №28. - P. 209–231.
7. Lewicka M. *Psychologia miejsca*. – Warszawa: Wydawnictwo Naukowe SCHOLAR, 2012. – 637 s.

8. Manzo L. Beyond house and haven: Toward a revisioning of emotional relationships with places // Journal of Environmental Psychology. – 2003. – №23. – P. 47–61.
9. Tuan Y.F. Topophilia: A Study of environmental perception, attitudes, and values. – Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall, 1974.
10. Twigger-Ross C. L., Bonaiuto M., Breakwell G. M. Identity theories and environmental psychology. – UK: Ashgate Publishing, 2003. – P. 203–234.

УДК 159.923.2:159.942

МАНДЗЫК Т. М.

Львовский национальный университет имени Ивана Франко, г. Львов

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СВЯЗЕЙ ЧЕЛОВЕКА С МЕСТОМ ЖИТЕЛЬСТВА В РАЗНЫЕ ПЕРИОДЫ ВЗРОСЛОСТИ

В статье исследованы психологические особенности эмоциональных связей, которые человек формирует с местом жительства, в разные периоды взрослости. Осуществлен сравнительный анализ таких измерений связей человека с местом как локальная идентичность, привязанность к местности, государственная идентичность, открытость к многонациональному прошлому города, значение города. Результаты исследования показали, что в разных возрастных группах взрослости не обнаружено значимых различий в уровнях территориальной идентичности с местом проживания - государственно-локальной, европейской. Выявлено, что существуют определенные различия у представителей разных возрастных групп взрослости в проявлении своего отношения к месту жительства, типе привязанности, значению города, а также принципах идентификации с местом, а именно в самооценке. Также, в статье с целью лучшего понимания особенностей связей с местом жительства в разных возрастных группах представлены обобщенные характеристики каждой группы.

Ключевые слова: *привязанность к месту, идентификация с местом, локальная идентичность, эмоциональные связи между человеком и местом, значение места, взрослость.*

**PSYCHOLOGICAL PECULIARITIES OF PEOPLE-PLACE
EMOTIONAL RELATIONSHIPS IN DIFFERENT
PERIODS OF ADULTHOOD**

This paper examines the role of place and identity processes in different periods of adulthood. An extensive and ever-growing body of literature exists that explores the nature and nuances of people's emotional relationships to place. This includes writings on sense of place, place attachment and place identity. A review of this literature suggests that while these concepts are broadly defined and discussed in theory, their application in research does not fully embrace all of the important dimensions they suggest. Empirical research, influenced by the notion of 'home', consequently focuses on residential settings, positive affect and a depoliticized view of individual experiences.

The comparative analysis includes such dimensions of people relationships with the place of residence as a local identity, attachment to place, national identity, openness to the multicultural past of the city and personal meaning of the city. Results showed that there were no differences between age groups of adulthood in the types of territorial identity (identity to country and region, european identity). Obtained results show that there were found significant differences in different groups of adulthood in the manifestation of their relation to the residence, meaning city of residence, types of attachment to the place of residence and the principles of identity to the place, such as self-esteem. Also, the article presents general characteristics of each group of adulthood for better understanding of the emotional connections with residence in different age groups.

Key words: *place attachment, place identity, local identity, person-place emotional bonds, meaning of place, adulthood.*

Матеріал надійшов до редакції: 14.05.2015

ЖИТТЄВІ ОРІЄНТАЦІЇ СУЧАСНИХ СТАРШОКЛАСНИКІВ В КОНТЕКСТІ СТАВЛЕННЯ ДО ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

В статті розглянуто актуальні питання для всього людства і молоді зокрема, це питання розвитку найважливішої психологічної умови для виникнення і розвитку життєвих перспектив старшокласників - їх ціннісних орієнтацій. Наявність певної системи цінностей особистості є необхідною психологічною умовою для формування зрілих життєвих планів, особистісного й професійного самовизначення юнаків і дівчат.

В статті висвітлені та проаналізовані результати проведеного дослідження, що дали можливість зрозуміти, які уявлення про здоров'я сформовані у свідомості старшокласників (рівень розуміння здоров'я, самооцінка здоров'я, прогноз щодо ЗСЖ).

Ключові слова: *здоров'я, юнацький вік, здоровий спосіб життя, формування особистості, життєві перспективи учнів, ціннісні орієнтації, ієрархія життєвих цінностей.*

Постановка наукової проблеми. Ставлення до здоров'я є ключовим фактором, що визначає ставлення людини до свого життя. Як відомо, спосіб життя кожної молодої людини залежить від загальної культури суспільства, культури сім'ї, значущих інших, від середовища, в якому вона живе. Але найбільше спосіб життя все ж визначається індивідуальною культурою самої особистості, рівнем її відповідальності за своє майбутнє, її спрямованістю, вмотивованістю щодо самореалізації тощо. І дуже мало (за науковими даними, лише на 10–15%) ставлення до здоров'я залежить від рівня розвитку медицини, її доступності для людини. Саме тому вивчення соціально-психологічних настанов молоді, що сприяють або заважають розповсюдженню здорового способу життя, є актуальним науковим і практичним завданням.

Цінність здоров'я важко переоцінити. Статус, кар'єра, гроші, влада відразу стають нікому не потрібними, якщо втрачається здоров'я. Здоров'я дає свободу пошуку себе, свободу вибору свого шляху, вибору тих, з ким хотілося б пройти цей шлях пліч-о-пліч. Без здоров'я важче сподіватися на успішну самореалізацію, професійну чи особисту, важче досягати насолоди життям, суб'єктивного задоволення від життя. Молода людина, що втратила здоров'я, має докладати набагато більше зусиль, долати більше перешкод, щоб побудувати своє життя так, як їй хотілося б.

Держава тільки починає усвідомлювати, що на пропаганду здорового способу життя та профілактику захворювань є сенс витратити бюджетні кошти. Вони швидко повернуться і навіть зростуть у багато разів. Збереження, підтримка та відновлення здоров'я нації передбачають розгортання психологічних, медичних, економічних, соціологічних та інших досліджень з метою пошуку реальних шляхів підвищення цінності здоров'я, здорового способу життя у молодого покоління [7].

Аналіз останніх досліджень і публікацій Відповідно до сучасних уявлень, здоров'я – це стан людини, якій властиві не лише відсутність хвороб чи фізичних дефектів, але й повне фізичне, душевне та соціальне благополуччя. Воно становить комплексний феномен, у якому виділяють такі компоненти: фізичне, психічне і соціальне здоров'я. Фізичне здоров'я людини – це стан організму, при якому інтегральні показники фізіологічних систем перебувають у межах фізіологічної норми й адекватно змінюються при взаємодії людини з середовищем [1].

Теоретичну основу сучасної концепції здоров'я та його складових становлять роботи Г. С. Агаджаняна, М. М. Амосова, Ю. Г. Антомонова, Г. Л. Апанасенко, Р. М. Баєвського, І. І. Брехмана, Г.С. Нікіфорова, М. С. Гончаренко, А. Маслоу, М. Ошми, процесу усвідомлення - роботи К. О. Абульханової-Славської, Л. С. Виготського, О. М. Леонтьєва, А. В. Петровського, С. Л. Рубінштейна, В. В. Століна, Н. І. Чуприкова та ін.. Є велике число досліджень присвячених формуванню здорового способу життя на всіх етапах навчання і виховання молодого покоління – це роботи Р.І.Айзмана, І.І.Брехмана, О.М.Вайнера, Г.К.Зайцева, О.М.Казіна, В.П.Казначеева В.В.Колбанова, Г.А. Кураєва, Ю.П.Лісицина, С.Д.Максименко, Л.В.Міхєєвої, В.І. Слободяник та ін. Дослідженню акмеологічних аспектів формування здорового способу життя присвячені роботи Т.В. Карасєвої, В.Н.Максимової, Н.М.Полетаєвої.

Низка авторів відзначають необхідність врахування стану здоров'я при виборі професії (А. Е. Голомшток, Ю.В. Вінтюк, Н. Н. Захаров, Н. С. Пряжніков, І.Г. Цемрюк, М.С. Янцур та ін.). Це закономірно з огляду на те, що здатність до виконання певної продуктивної діяльності залежить не лише від необхідних для цього психологічних якостей, але й від фізичної та розумової працездатності людини, яка, у свою чергу, визначається станом і рівнем функціонування всіх систем організму.

Оскільки врахування учнями стану здоров'я відбувається в результаті усвідомлення, нами було розглянуто особливості формування цього процесу саме у осіб юнацького віку.

Виклад основного матеріалу. Значення здорового способу життя, незважаючи на його безсумнівну актуальність для всіх

і кожного, у нашій країні все ще залишається на узбіччі масової свідомості. Ми знаємо, що за західним кордоном уже давно бути здоровим модно, престижно, навіть економічно вигідно. Тим, хто не хворіє, підвищують зарплатню, збільшують відпустку, охоче надають потрібні кредити. Там усе більше людей віддають перевагу здоровій їжі, відмовляються від шкідливих звичок, ходять у спортзали і басейни. Наша дійсність поки що інша, і про моду на здоров'я говорити, на жаль, зарано.

Якби батьки й педагоги вміли ефективно формувати у дітей і молоді стійкі соціально-психологічні настанови на здоровий спосіб життя, вони сприяли б підвищенню їхньої особистісної відповідальності за власне здоров'я, що є природним фундаментом і професійної самореалізації, і стійких сімейних стосунків, і життєвого успіху. Від старшого покоління очікується також кардинальна зміна власного звичного стилю і способу життя, переорієнтація на нові екологічні цінності. В цьому сенсі надзвичайно відповідальним є саме юнацький вік, період інтенсивного формування і становлення особистості.

Юність розглядається в науці як фаза переходу від залежного дитинства до самостійної і відповідальної дорослості, що передбачає, з одного боку, завершення фізичного, зокрема статевого, дозрівання, а з іншого досягнення соціальної зрілості [7].

Юнацький вік – дуже відповідальний етап розвитку у житті школяра, коли завершується морфо-функціональне дозрівання організму, відбуваються суттєві зміни його особистості, психологічне та соціальне дорослішання. У школярів виникають значні труднощі, пов'язані з інтенсивним учбовим навантаженням та емоційним напруженням, неминучим під час вибору професії і підготовки до вступу до дорослого життя.

Найважливіша психологічна умова для виникнення і розвитку життєвих перспектив учнів – їх ціннісні орієнтації. Великі зміни у власному організмі та зовнішності, пов'язані зі статевим дозріванням, певна невизначеність положення (вже не дитина, але ще й не дорослий), ускладнення життєвої діяльності та розширення кола осіб з якими юнак мусить узгоджувати свою поведінку – все це різко активізує у юнацькому віці ціннісно-орієнтовану діяльність. Наявність певної системи цінностей особистості є необхідною психологічною умовою для формування зрілих життєвих планів, особистісного й професійного самовизначення юнаків. У ряді досліджень відмічається, що юнацький вік сензитивний, тобто дуже сприятливий для утворення ціннісних орієнтацій як стійкої якості особистості, що сприяє становленню світогляду учнів, їх ставленню до оточуючої дійсності [2].

Суб'єктивно значущою для старшокласників стає неоднорідність їх соціального положення. З одного боку, продовжують хвилювати проблеми, успадковані від підліткового етапу, власне віко-

ва специфіка, право на автономію від старших, проблеми стосунків сьогодення, оцінок, різноманітних подій. З іншого боку перед ними стоять задачі життєвого самовизначення. Така комбінація зовнішніх і внутрішніх факторів або соціальна ситуація розвитку визначає й особливості розвитку особистості у старшому шкільному віці. Тут юнацький вік виступає як своєрідна межа між дитинством та дорослістю [7]. Отже, старшокласника традиційно прийнято розглядати як особу, що «стоїть на порозі» дорослого життя, сповненого планів та сподівань, зверненого у майбутнє.

З метою дослідження ціннісних установок і життєвих пріоритетів сучасних старшокласників нами було проведено психодіагностичне дослідження. В даному дослідженні ми використали ряд методик, а саме: тестову методику «Індекс ставлення до здоров'я» (автори С.Дерябо, В. Ясвін) та методику «Психолого-педагогічна кваліметрія здорового способу життя школярів» (автори А.С.Галицький, О. Ю. Березняк).

Вибірка нашого дослідження складалася з 60 учнів 10-х та 11-х класів загальноосвітньої школи І-ІІІ ступенів №13 м. Мукачеве.

Тестова методика «Індекс ставлення до здоров'я» (автори С.Дерябо, В.Ясвін) [3] діагностує такий найважливіший параметр ставлення до здоров'я, здорового способу життя, як інтенсивність. Параметр інтенсивності показує, якою мірою і в яких сферах проявляється суб'єктивне ставлення. Одній людині просто хочеться бути здоровою» і не більше – низька інтенсивність відносин. Інша, людина «фанат», яка займається у спортивних секціях, стежить за своїм харчуванням, робить зарядку, відвідує відповідні лекції про здоровий спосіб життя – високий рівень інтенсивності.

Суб'єктивне ставлення до здоров'я проявляється і в різних сферах: одні в полюбляють читати літературу переважно про здоров'я, другі – займатися різними оздоровчими процедурами, треті намагаються змінювати ставлення оточуючих людей до свого здоров'я, а хтось робить і те, і друге, і третє. Існуюче у людини ставлення до будь-якого об'єкта визначає, те що вона відчуває, думає, як діє і як підходить у всіх ситуаціях, пов'язаних зі здоров'ям.

Цей тест може проводитися зі школярами, починаючи з підліткового віку. Дане вікове обмеження обумовлене тим, що діагностичні ситуації, використані в тесті, вимагають певного рівня соціального розвитку і соціального досвіду. Дана методика може проводитися як в індивідуальному, так і в груповому варіанті, як усно, так і письмово. Спочатку доцільно з'ясувати значимість (домінантність) відношення випробовуваних до здоров'я, але без оголошення «істинної» мети тестування, оскільки в протилежному випадку результати можуть виявитися необ'єктивними (завищеними).

Всі отримані результати по цій методиці були переведені в станайни від 1 до 9 (рис. 1, 2, 3, 4, 5). Значення станайнів відповідає

певним рівням: від 1 до 3 – низькому, від 4 до 6 – середньому, від 7 до 9 – високому.

Методика містить 5 основних шкал: емоційну, пізнавальну, практичну, шкалу вчинків та шкалу інтенсивності. Проаналізуємо отримані результати.

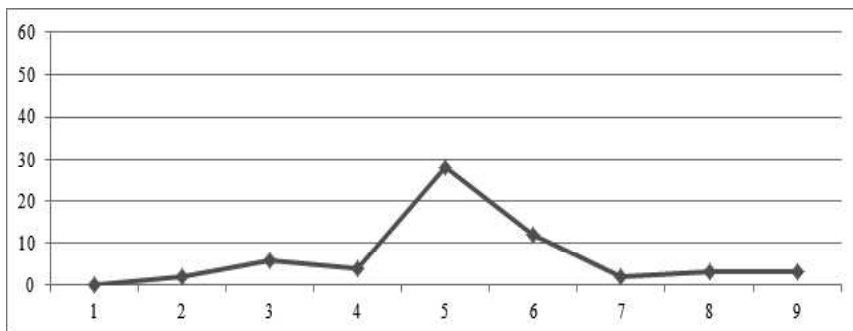


Рис. 1 Результати тестової методики «Індекс ставлення до здоров'я» (С.Дерябо, В.Ясвін) за емоційною шкалою (в стайнах)

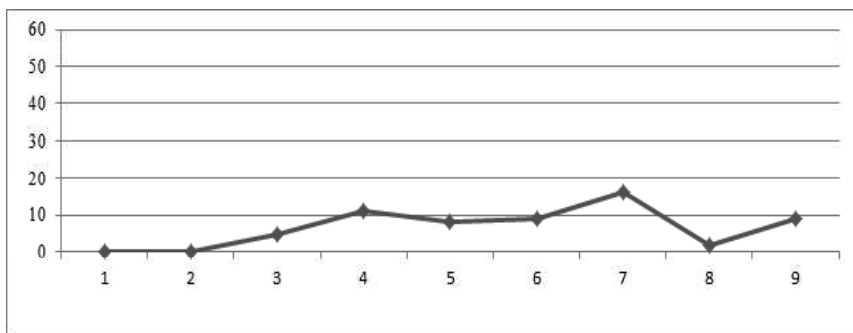


Рис. 2 Результати тестової методики «Індекс ставлення до здоров'я» (С.Дерябо, В.Ясвін) за пізнавальною шкалою (в стайнах).

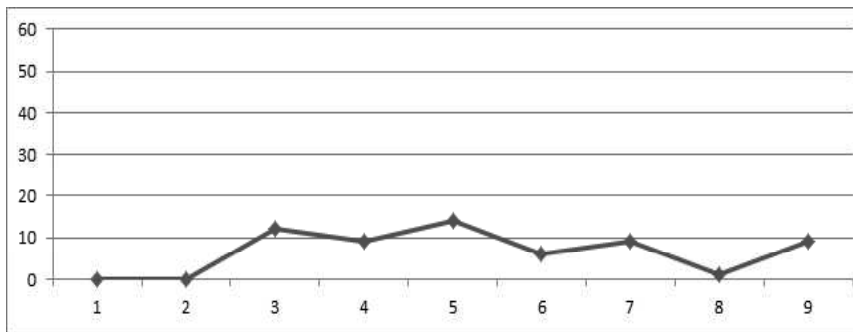


Рис. 3 Результати тесової методики «Індекс ставлення до здоров'я» (С.Дерябо, В.Ясвін) за практичною шкалою (в стайнах)

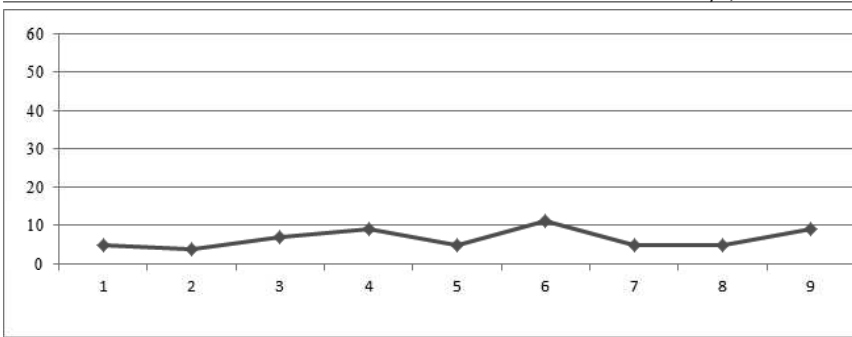


Рис. 4 Результати тесту «Індекс ставлення до здоров'я» (С.Дерябо, В.Явін) за шкалою вчинку (в стайнах)

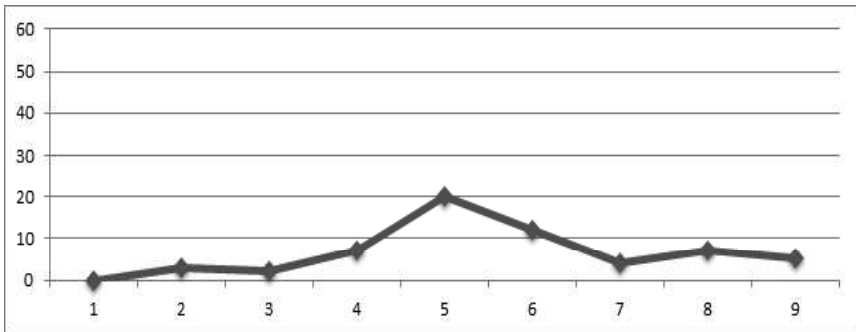


Рис.5 Результати тестової методики «Індекс ставлення до здоров'я» (С.Дерябо, В.Явін) в цілому (інтенсивність)

Всі отримані результати нами були представлені в таблиці 1.

Таблиця 1.

Шкали	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
Емоційна	13,3 %	73,4 %	13,3 %
Пізнавальна	8,3%	46,7%	45%
Практична	20%	48,3%	31,7%
Шкала вчинків	26,6%	41,7%	31,7%
Інтенсивність	8,3%	65%	26,7%

Розглянемо розподіл результатів, виражених у відсотковому відношенні до кількості опитаних, за рівнями досліджуваних шкал (рис. 6).

Емоційна шкала виявляє, наскільки старшокласники чутливі до різних життєвих проявів свого організму, сприйнятливі до естетичних аспектів здоров'я і наскільки здатні отримувати задоволення від свого здоров'я і турботи про нього.

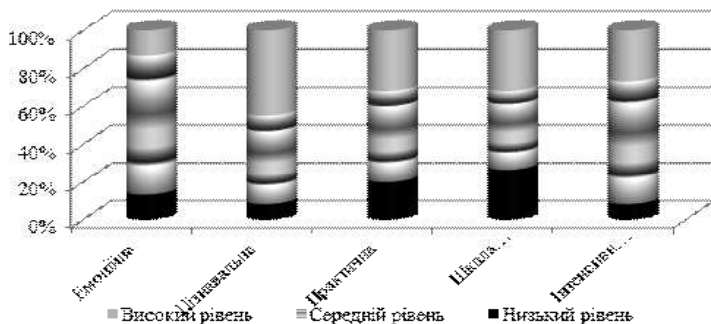


Рис. 6 Результати тестової методики «Індекс ставлення до здоров'я» (С.Дерябо, В.Ясвін) у відсотковому відношенні.

Лише 13,3% опитаних старшокласників здатні насолоджуватися своїм здоров'ям, отримувати естетичне задоволення від здорового організму, чутливо реагувати на сигнали, що надходять від нього, вільні від негативних емоційних стереотипів, що існують у суспільстві по відношенню до здорового способу життя та ін.. Іншими словами, вони дбають про здоров'я не тільки тому, що це «необхідно», не під тиском обставин, а заради власного задоволення.

У 13,3% старшокласників ставлення до здоров'я носить раціональний характер, воно практично не зачіпає їх емоційну сферу, турбота про здоров'я для них – просто необхідність, але ніяк не радісне і захоплююче заняття, вони «глухі» до вітальних проявів свого організму, не бачать естетичного аспекту здоров'я, знаходяться під владою негативних суспільних емоційних стереотипів по відношенню до здорового способу життя тощо.

Більшість (73,3%) від загальної кількості опитаних старшокласників по відношенню до здоров'я, здорового способу життя в емоційній сфері дотримуються проміжних позицій, вони лише рідко отримують задоволення від заходів по турботі про власне здоров'я, і тільки в разі необхідності, при екстрених обставинах звертають увагу і виконують якісь дії стосовно власного здоров'я.

Пізнавальна шкала вимірює, наскільки старшокласники готові сприймати інформацію, що отримується від інших людей або з літератури з проблем здорового способу життя («пасивні» питання), друга – наскільки старшокласники прагнуть самі отримувати інформацію по цій темі («активні»).

Високі бали, тобто 45% опитаних старшокласників говорять про те, що вони виявляють великий інтерес до проблеми здоров'я, самі активно шукають відповідну інформацію в книгах, журналах, газетах, люблять спілкуватися з іншими людьми та обговорювати дану тему і т.д.

Низькі бали спостерігаються у 8,3% старшокласників говорять про те, що ставлення до здоров'я у них мало зачіпає пізнавальну

сферу: вони в кращому випадку готові лише сприймати інформацію про здоров'я, що надходить від інших людей, але самі не виявляють активності в її пошуку.

Середній рівень в пізнавальній сфері показують 46,7% старшокласників. Це, насамперед, група, яка слабо мотивована на пошук інформації.

Практична шкала відображає, наскільки старшокласники готові включатися в різні практичні дії, спрямовані на турботу про своє здоров'я, коли вони пропонуються, організуються іншими людьми, друга – наскільки старшокласники самі, за власною ініціативою прагнуть здійснювати ці дії.

Високі бали за даною шкалою у 31,7% старшокласників свідчать, що обстежувані активно піклуються про своє здоров'я в практичній сфері: схильні відвідувати різні спортивні секції, робити спеціальні вправи, займатися оздоровчими процедурами, дотримуватися раціонального харчування, формувати у себе відповідні вміння та навички, вести здоровий спосіб життя в цілому.

Низькі бали у 20% старшокласників відображають неготовність, в певній мірі, включатися в практичну діяльність щодо турботи про своє здоров'я, яку організують інші люди, в крайньому випадку, вони можуть щось зробити, якщо цього вимагатиме ситуація.

48,3% старшокласників беруть активну участь лише в тих заходах, які організують інші люди, при цьому самі слабо мотивовані на самостійні активні дії.

Шкала вчинків вимірює, якою мірою проявляється ставлення старшокласників до здоров'я, здорового способу життя у сфері скоєних ними вчинків, спрямованих на зміну свого оточення. Показує, наскільки старшокласники прагнуть вплинути на членів своєї сім'ї, щоб вони вели здоровий спосіб життя, друга – наскільки вони прагнуть вплинути на своїх знайомих, третя – на інших людей, суспільство в цілому.

Високі бали за даною шкалою у 31,7% опитаних говорять про те, що вони активно прагнуть змінювати своє оточення: намагаються вплинути на ставлення до здоров'я у оточуючих їх людей, стимулювати їх вести здоровий спосіб життя, пропагують різні засоби оздоровлення організму, взагалі створюють навколо себе здорове середовище.

Низькі бали у 26,7% старшокласників говорять про те, що ставлення до здоров'я залишається у них «особистою справою», вони не прагнуть якимось змінити своє оточення, а 41,7% старшокласників впливають на оточуючих лише при необхідності.

Загальна шкала як показник інтенсивності виходить шляхом підсумовування балів за чотирма попередніми шкалами. Вона відображає, наскільки в цілому сформовано ставлення до здоров'я у даних старшокласників і наскільки сильно воно проявляється.

Високі бали по даній методиці спостерігаються практично у 65 % старшокласників, що може свідчити про той факт, що у них добре сформоване, «позитивне, правильне» ставлення до здоров'я та здорового способу життя.

Низькі бали по даній методиці спостерігаються лише у 8,3 % старшокласників, що свідчить про те, що ставлення до здоров'я у них сформовано негативно, і тому, вони знаходяться в «зоні ризику»: в цьому випадку існує висока ймовірність того, що вони не будуть вести здоровий спосіб життя, а це рано чи пізно може призвести до захворювання.

Певна кількість старшокласників (6,7 %) мають недостатній «багаж» знань про здоров'я та здоровий спосіб життя і слабо мотивовані на реалізацію «здорових» правил.

Методика «Психолого-педагогічна кваліметрія здорового способу життя школярів» [6;8] (автори А. С. Галицький, О. Ю. Березняк) дозволяє:

- з'ясувати, який спосіб життя ведуть старшокласники і наскільки їх життєдіяльність відповідає здоровому способу життя (ЗСЖ), що включає наступні компоненти: режим сну – неспання, режим праці й відпочинку, харчування, рухове активність, загартовування, лікувальні процедури, звички;

- з'ясувати, які уявлення про здоров'я сформовані у свідомості старшокласників (рівень розуміння здоров'я, самооцінка здоров'я, прогноз щодо ЗСЖ);

- змусити старшокласників задуматися над тим, що таке «здоров'я» і що означає «бути здоровим»;

- допомогти старшокласникам осмислити свій образ життя;

- ознайомити старшокласників з основами ЗСЖ;

- допомогти старшокласникам виробити цілі, що стосуються свого образу життя на майбутнє

Аналіз результатів, що були отримані в результаті дослідження за методикою «Психолого-педагогічна кваліметрія здорового способу життя школярів» (автори А. С. Галицький, О. Ю. Березняк) за тестом «Яке у тебе здоров'я?» показав, що 58 % всіх старшокласників ведуть здоровий образ життя; 37 % учнів обізнані у сфері здоров'я на середньому рівні, вони не знають основні фактори ризику, але проявляють розуміння ролі здоров'я у забезпеченні активного і тривалого життя; 5 % старшокласників потрібно серйозно задуматися над тим який образ життя вони ведуть і прикласти зусилля над тим, щоб його змінити. Результати даного дослідження представлені на рисунку 7.

Аналіз результатів дослідження за другою частиною «Психолого-педагогічної кваліметрії здорового способу життя школярів» (автори А. С. Галицький, О. Ю. Березняк) дозволив нам визначити список цінностей старшокласників і складові здорового способу життя стар-

шокласників. Обробка результатів за цією частиною тесту зводилась до знаходження середнього значення кожної прорангової цінності і складових здорового способу життя, після чого визначався середній ранг кожної цінності і складової здорового способу життя.



Рис. 7 Показники результатів дослідження за тестом «Яке у тебе здоров'я?»

Наступним кроком було знаходження процентного відношення між ними. Таким чином, нами було з'ясовано, що найбільш важливими цінностями для старшокласників є: дружба (17 %), матеріальне забезпечення (15 %), краса (14 %), впевненість у собі (12%), здоров'я (11%), сім'я (10%), творчість (9,5%), розвиток (8%), пізнання (3%), щастя інших (0,5%) (Рис. 8).

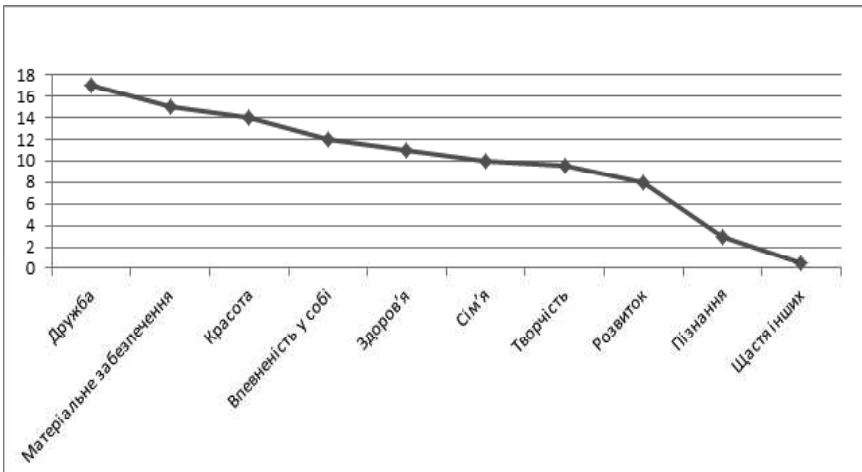


Рис. 8 Цінності старшокласників за «Психолого-педагогічною кваліметриєю здорового способу життя школярів»

(А. С. Галицький, О. Ю. Березняк)

Відповідно ми визначили складові здорового життя старшокласників. Цей перелік виглядає так: заняття спортом (20%), повноцінне і правильне харчування (15%), доброзичливе відношення до інших

(14%), ведення усвідомленого життя (12%), позитивне відношення до себе (10%), гармонічне відношення в сім'ї (8%), саморозвиток, самовдосконалення (7%), повноцінне духовне життя (5%), не вести безладне статеве життя (4%), не палити (3%), не вживати алкоголь (2%), не вживання наркотиків (0%) (Рис. 9).

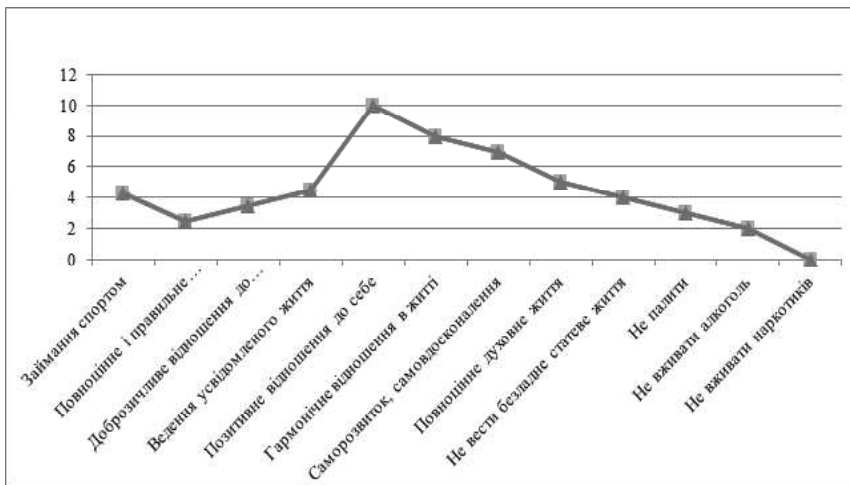


Рис. 9 Складові здорового способу життя старшокласників за методикою «Психолого-педагогічна кваліметрія здорового способу життя школярів» (автори А. С. Галицький, О. Ю. Березняк)

Висновки і перспективи подальших досліджень. Таким чином, аналіз отриманих результатів з дослідження ціннісних орієнтацій і складових здорового способу життя старшокласників дає підставу для наступних висновків:

1. Сучасні старшокласники живуть напруженим, суперечливим життям, в якому проявляється прагнення розібратися в своєму світі, його цінностей, складових і утвердитися в них;

2. Структура і ієрархія цінностей і складових здорового способу життя в значній мірі залежить від тієї роботи, яка здійснюється щодо їх формування;

3. За ступенем сформованості психологічного механізму диференціації у старшокласників наявна в достатній мірі диференційована структура ціннісних орієнтацій і складових здорового способу життя;

4. Цінності і складові здорового способу життя, що визначенні найбільшими виборами старшокласників, визначають провідну орієнтацію, а саме – дружба, заняття спортом, матеріальне забезпечення, повноцінне і правильне харчування, краса, доброзичливе відношення до інших, впевненість в собі, ведення усвідомленого життя, здоров'я, сім'я;

5. Цінності і складові здорового способу життя, що знаходяться у нижній частині ієрархії, теж характеризують спрямованість старшокласників, оскільки показують не важливість наявних в них цілей і засобів для них (пізнання, щастя інших, безладне статеве життя, паління, наркотики, алкоголь);

6. Цінності і складові здорового способу життя, що згрупувались всередині ієрархічної структури (творчість, розвиток, позитивне відношення до себе, гармонічне відношення до себе, гармонічні стосунки в житті, саморозвиток, самовдосконалення, повноцінне духовне життя), малоінформативні для визначення загальної спрямованості старшокласників. Для них характерна тенденція до зміни рівня свого рангового місця залежно від умов життя і діяльності особистості, тобто, вони можуть ставати об'єктами виховних дій в процесі навчання;

7. Більшість старшокласників мають поверхнєве уявлення про шляхи збереження здоров'я, наслідки безконтрольного статевого життя, тобто про основні засади здорового способу життя.

Питання, що були нами розглянуті, є надзвичайно актуальними, і саме тому, потребують подальших ґрунтовних досліджень і розробок. Вони дадуть можливість застосування отриманих даних у розв'язанні завдань, що актуальні в юнацькому віці, зокрема в питаннях формування ціннісних орієнтацій молоді на здоровий спосіб життя, в питаннях профорієнтації та оптимізації професійного самовизначення старшокласників на засадах здорового способу життя.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Белов В. И. Психология здоровья / В.И. Белов. – СПб.: Наука, 2014. – 272 с.
2. Вінтюк Ю. В. Вплив стану здоров'я старшокласників на професійне становлення їх особистості : валеолого-педагогічний аспект проблеми / Ю. В. Вінтюк // Здоровий спосіб життя : Збірник наукових статей. – 2008. – № 27. – С. 15–20.
3. Дерябо С. Д. Психологический тест «Индекс отношения к здоровью» / С.Д. Дерябо, В.А. Ясвин // Прикладная психология. – 2000. – С. 42-51.
4. Иванюшкин А. Я. «Здоровье» и «болезнь» в системе ценностных ориентаций человека / А.Я. Иванюшкин // Вестник АМН. – 2012. – Т.45. – №1. – С.49-58.
5. Лищук В. А. Основы здоровья: актуальные задачи, решение, рекомендации / В.А. Лищук, Е.В. Мосткова. – М.: Наука, 2014. – 133 с.
6. Психологічне забезпечення психічного і фізичного здоров'я: навчальний посібник / Під ред. М. С.Корольчука. – К.: Фірма «ІНКОС», 2002. – 272 с.
7. Титаренко Т. М. Формування в молоді настанов на здоровий спосіб життя: Методичні рекомендації / Титаренко Т. М., Лепіхова Л. А., Кляпець О. Я. – К.: Міленіум, 2006. – 124 с.

8. Янцур М.С. Професійна психодіагностика: практикум / М.С. Янцур. – К.: МПУ ДЦЗ, 2011. – 345 с.

REFERENCES

1. Belov V. I. Psihologija zdorov'ja / V.I. Belov. – SPb.: Nauka, 2014. – 272 s.
2. Vintjuk Ju. V. Vpliv stanu zdorov'ja starshoklasnikiv na profesijne stanovlennja ih osobistosti : valeologo-pedagogichnij aspekt problemi / Ju. V. Vintjuk // Zdorovij sposib zhittja : Zbirnik naukovih statej. – 2008. – # 27. – S. 15–20.
3. 3. Derjabo S. D. Psihologicheskij test «Indeks otnoshenija k zdorov'ju» / S.D. Derjabo, V.A. Jasvin // Prikladnaja psihologija. – 2000. – S. 42-51.
4. Ivanjushkin A. Ja. «Zdorov'e» i «bolezn'» v sisteme cennostnyh orientacij cheloveka / A.Ja. Ivanjushkin // Vestnik AMN. – 2012. – T.45. – #1. – S.49-58.
5. Lishhuk V. A. Osnovy zdorov'ja: aktual'nye zadachi, reshenie, rekomendacii / V.A. Lishhuk, E.V. Mostkova. – M.: Nauka, 2014. – 133 s.
6. Psihologichne zabezpechennja psihichnogo i fizichnogo zdorov'ja / M. S.
7. Korol'chuk, V. M. Krajnjuk, A. F. Kosenko, T. I. Kochergina. Pid red. M. S.Korol'chuka. – K.: Firma «INKOS», 2002. – 272 s.
8. Titarenko T. M. Formuvannja v molodi nastanov na zdorovij sposib zhittja: Metodichni rekomendacii / Titarenko T. M., Lepihova L. A., Kljavec' O. Ja – K.: Milenium, 2006. – 124 s.
9. Jancur M.S. Profesijna psihodiagnostika: praktikum / M.S. Jancur. – K.: МПУ DCZ, 2011. – 345 s.

УДК 159.922.7:616-036.81

МАРЦЕНЮК М. А.

Мукачевский государственный университет, г. Мукачево

ЖИЗНЕННЫЕ ОРИЕНТАЦИИ СОВРЕМЕННЫХ СТАРШЕКЛАСНИКОВ В КОНТЕКСТЕ ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ

В статье рассматриваются актуальные вопросы для всего человечества и молодежи в частности – развития одной из самых важных психологических условий для возникновения и становления жизненных перспектив старшеклассников – это их ценностные ориентации. Наличие определенной системы ценностей личности есть необходимым психологическим условием для формирования зрелых жизненных планов, личного и профессионального самоопределения юношей и девушек. В статье представлены и проанализованы результаты проведенного исследования, которые дали возможность понять, какие представления о здоровье сформированы в сознании старшеклассников (уровень понимания здоровья, самооценка здоровья, прогноз касательно ЗСЖ).

Ключевые слова: *здоровье, юношеский возраст, здоровый способ жизни, формирование личности, жизненные перспективы учащихся, ценностные ориентации, иерархия жизненных ценностей.*

LIFE ORIENTATION IN THE CONTEXT OF TODAY'S UPPER-FORMER STUDENTS' ATTITUDE TO HEALTHY LIFESTYLE

The article is devoted to urgent question for all the Mankind and the Youth in, - the question of the development of the most important condition for appearance and development of life perspectives of the upper-former students – their evaluative orientations. Great changes in their organisms and appearance, associated with puberty, situation of uncertainty (no longer a child but not yet an adult), complications of life and expand the circle of people with whom the young man was to coordinate their behavior - all this acutely intensify value-oriented activities in adolescence. The necessary psychological condition for the formation of mature life plans is the existence of peculiar personal evaluative system, personal and professional self-definition of boys and girls. It has been pointed out in many scientific studies and researches, that the adolescence is a sensitive period for the formation of evaluative orientations. These persistent personality traits contribute to the formation of outlook of students, their attitude to surrounding reality, as well as the attitude to their own health, healthy lifestyle, namely in the context of the category of "health".

The scientists have been sought to find out the upper-former students way of life and how their livelihoods meets healthy lifestyle (HLS), which includes the following components: sleep - waking, regime of work and rest, nutrition, moving activity, tempering, medical procedures, habits.

The results of the conducted investigation have been highlighted and analysed in the article made the possibility to find out what understanding of health formed in the minds of upper-former students (level of understanding of health, self care, forecast for HLS).

The objectives that have been pursued by the authors - to bring the upper-former to think of "What is health?" and "What is to be healthy?", as well as to help them to comprehend their way of life, to acquaint them with the fundamentals of HLS and bring them to realize the importance and necessity of healthy lifestyle.

Key words: *health, adolescence, healthy lifestyle, the formation of the personality, life perspectives of the students, evaluative orientations, hierarchy of life values.*

Матеріал надійшов до редакції: 14.05.2015